CITIZEN®

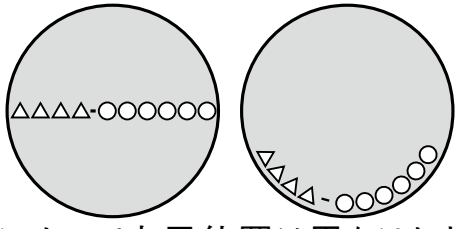
取扱説明書

このたびは、シチズンウオッチをお買い上げいただきましてありがとうございます。
ご使用の前にこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いくださいますようお願い申し上げます。
なお、この取扱説明書は大切に保管し、必要の際にご覧ください。
シチズンのホームページ(http://citizen.jp/)でも操作説明をご覧いただけます。
また、モデルによっては、外装機能(計算尺、タキメーターなど)が搭載されている場合があります。取扱説明書に記載されていない外装機能の操作も、同様にご覧いただけます。

機種番号の見かた

時計の裏ぶたに、アルファベットを含む4ケタと6ケタ以上からなる番号が刻印されています。(右図)
この番号を「側番号」と言います。側番号の先頭の4桁が機種番号になります。右の例では「 △△△△ 」が機種番号です。

刻印の位置の例



時計によって表示位置は異なります。

安全にお使いいただくために—必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを、次のように説明しています。絵表示の意味をよく理解してから、44～55ページを必ずお読みください。

■ 表示内容を無視して誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

⚠危険	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が高い」内容です。
⚠警告	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。
⚠注意	この表示の欄は、「傷害を負う可能性または物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

■ お守りいただく内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。（下記は、絵表示の一例です。）

	このような絵表示は、気を付けていただきたい「注意喚起」内容です。
	このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。

ご使用になる前に

《バンド調整について》

お客様ご自身で時計のバンド（金属やゴム）の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする怖れがあります。（製品にバンド調整用の道具が付属している場合は除く）

バンドの調整は、お買い上げ店または、シチズンカスタマーサービスお客様修理受付係にて承っております。その他のお店では有料もしくは取り扱っていない場合があります。

《保護シールについて》

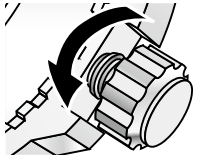
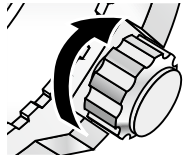
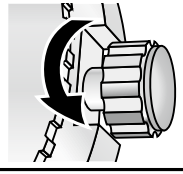
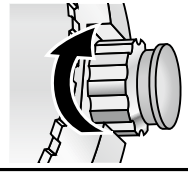
時計のガラスや金属部分（裏ふた、バンド、中留め）にシールが貼られているときは、ご使用の前に必ずはがしてください。シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

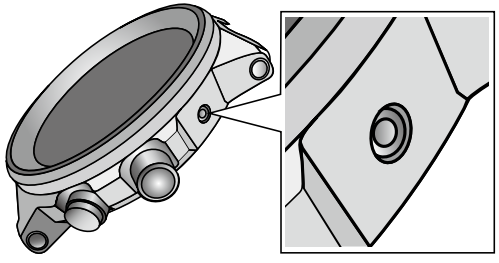
《特殊な構造のりゅうずやボタンの使いかた》

モデルによっては、誤操作を防ぐため、次のような構造のりゅうずやボタンの場合があります。

ねじロックりゅうず・ねじロックボタン

時計を操作するときは、ロックを解除してください。

	ロックを解除する	再びロックする
ねじロック りゅうず	 りゅうずが飛び出すまで、左に回す	 りゅうずを押し込みながら右に回し、しっかり締める
ねじロック ボタン	 ねじを左に回し、止まるまでゆるめる	 ねじを右に回し、しっかり締める



隠しボタン

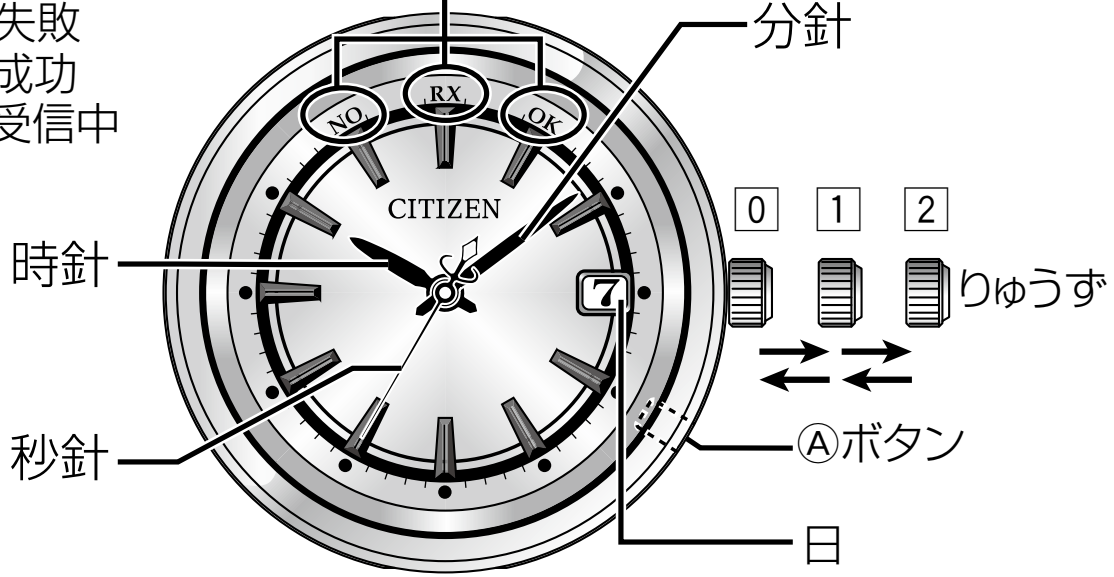
ボタンを押すときは、つまようじのような先の細いもので押してください。

・金属製のもので押すとボタンを傷つける恐れがありますので注意してください。

各部の名称

秒針の尾部で受信結果を表示するタイプのとき

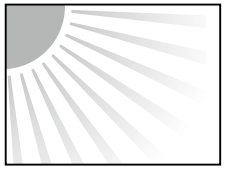
受信結果
NO:失敗
OK:成功
RX:受信中



* 文字板の下面にソーラーセルが配置されています

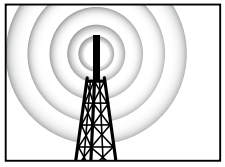
本書ではH01*、H05*のイラストを使用しています。
時計のイラストは、実物と異なる場合があります。

もくじ



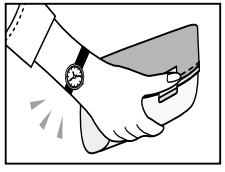
ふだんの使いかた→7ページ

簡単な操作だけで、すぐに時計をお使いいただけます。



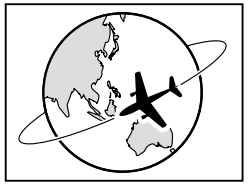
より詳しい使いかた→21ページ

手動で電波を受信したり、時刻·日を合わせることもできます。



困ったときは→38ページ

時計の動作がおかしいと思ったら、こちらをご覧ください。



注意とその他の情報→43ページ

時計を長くお使いいただくために、必ずお読みください。

ふだんの使いかた

光を当てて
充電しましょう.....8
- 充電するときは.....8
- 充電のようすを確認する....9
- 時計に光を当てて
いないと..... 10
- 充電が不足すると..... 11
- 環境ごとの充電時間の
めやす 12
- 久しぶりに時計を
使うときは..... 13

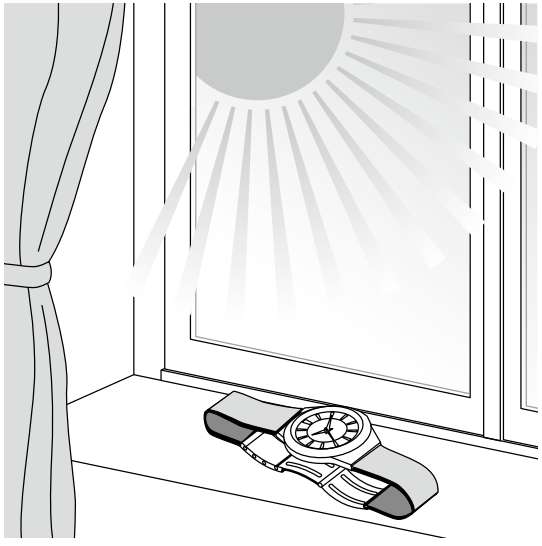
電波を受信して
時計を合わせましょう.14
- 電波を受信する 15

快適にお使いいただく
ために.....16
- 日頃のお手入れ..... 16
- 時計を保管するときは 17

こんなときは.....18
- 海外で時計を使うときは... 18

光を当てて充電しましょう

日頃から、文字板に光を当てましょう。



充電するときは

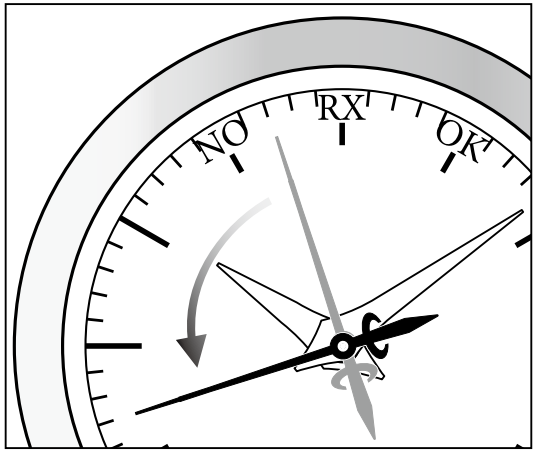
屋外なら1日約12分間、屋内の照明なら1日約4.5時間程度で、時計の1日分の動きに必要な充電ができます。

月に1度、お天気の良い日に、5～6時間充電することをおすすめします。

- 常に光の当たるところに置きましょう。

充電のようすを確認する

秒針の動きで、充電のようすをお知らせします。

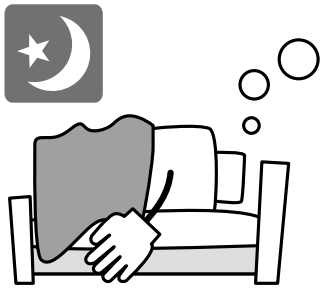


1. りゅうずの位置を0にする
2. Ⓐボタンを押す

   ボタンを押した直後に、**秒針が反時計回りに15秒ぶん戻る動き**をしたときは、充電が必要です。
3. Ⓐボタンを押して、確認を終了する
   - ボタンを押さなくても、約10秒すると現在の時刻が表示されます。

お知らせ

- 秒針は、「OK」または「NO」を指しますが、これは充電のようすとは関係ありません。

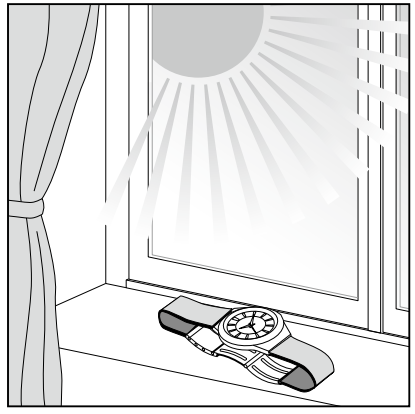


時計に光を当てていないと

光が7日間以上文字板に当たらないと、分針と秒針が停止し、電池の消耗を抑えます。(パワーセーブ)

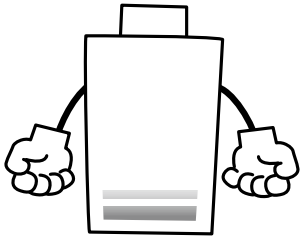
時計を使用するときは

文字板に光を当てると、現在の時刻を表示するため、針が高速で回り始めます。



お知らせ

時刻·日が正しく表示されない場合は、時刻·日合わせが必要です。



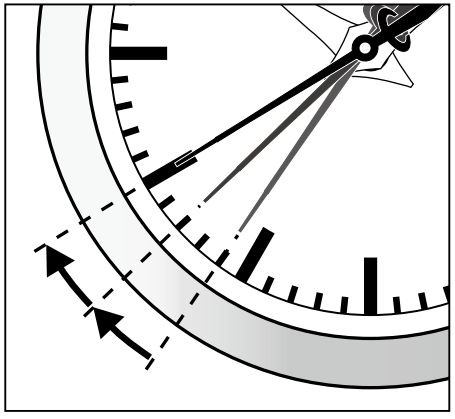
充電が不足すると

秒針の動きが2秒毎になり、充電が不足していることをお知らせします。

秒針が2秒毎に動いたら

文字板に光を当てます。(5～6時間直射日光に当てると理想的です。)

• 充電が進むと、秒針の動きは正常になります。



お知らせ

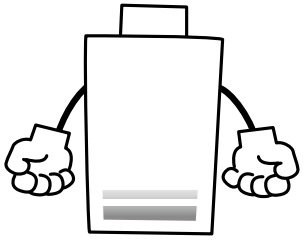
• 秒針が2秒毎に動いているときは、時計の操作はできません。

• 2秒毎の秒針の動きが約3日続くと、時計は停止します。

環境ごとの充電時間のめやす

連続して照射した場合の数値です。目安としてご利用ください。

環境	明るさ（lx、ルクス）	充電時間（約）		
		秒針が1秒ごとに動く状態を一日保つ	時計が停止してから秒針が1秒ごとに動きだすまで	時計が停止してから充電完了まで
屋外（晴天）	100,000	4分	2.5時間	35時間
屋外（曇天）	10,000	12分	3時間	60時間
30W蛍光灯の20cm下	3,000	40分	4.5時間	200時間
屋内照明	500	4.5時間	30時間	-



久しぶりに時計を使うときは

完全に充電された時計は、光の当たらない場所で保管されていても、約3年間動き続けます。

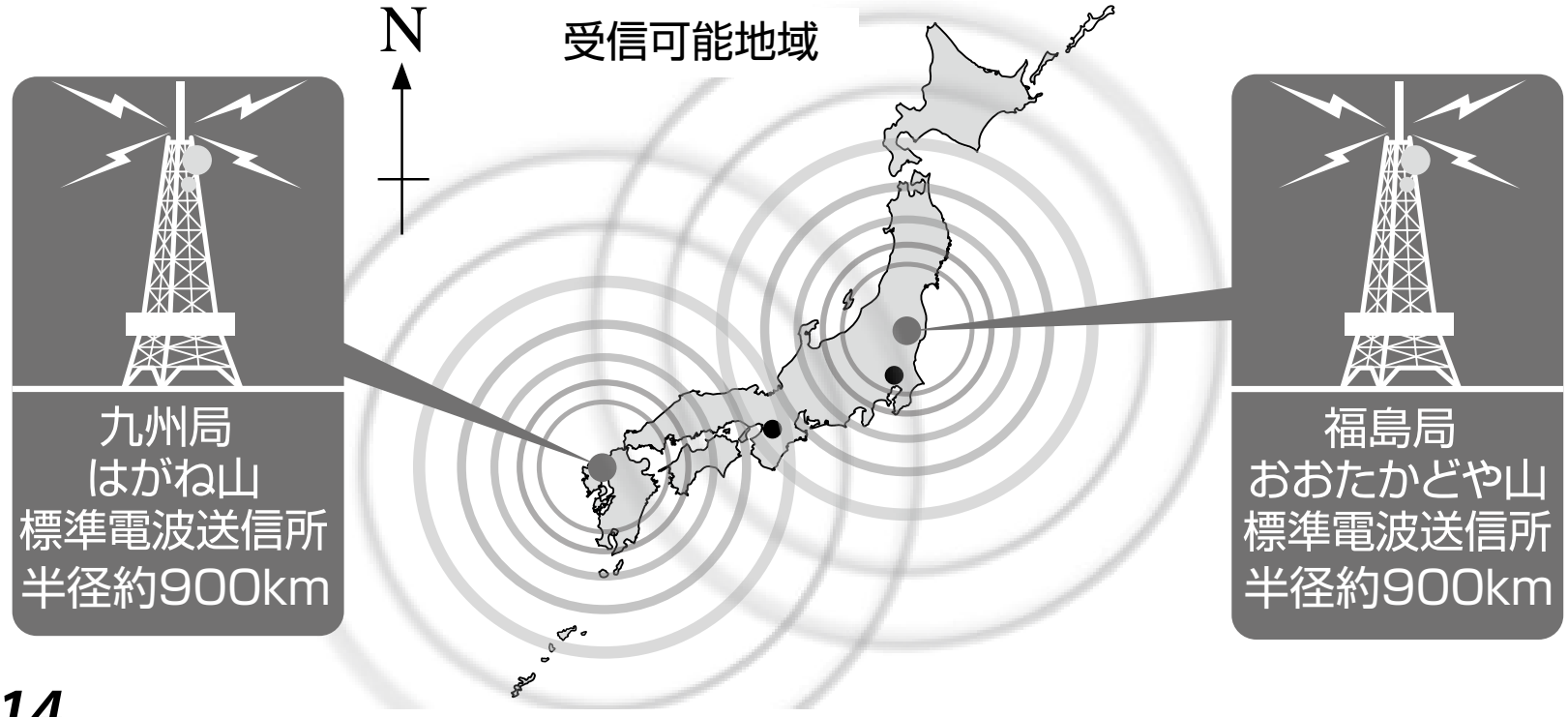
使用するときは

使用する2～3日前には、時計に光を当てて充電しましょう。

充電のようすを確認するときは

- 秒針が1秒毎に動いていたら→***9***ページ
- 秒針が2秒毎に動いていたら→***11***ページ

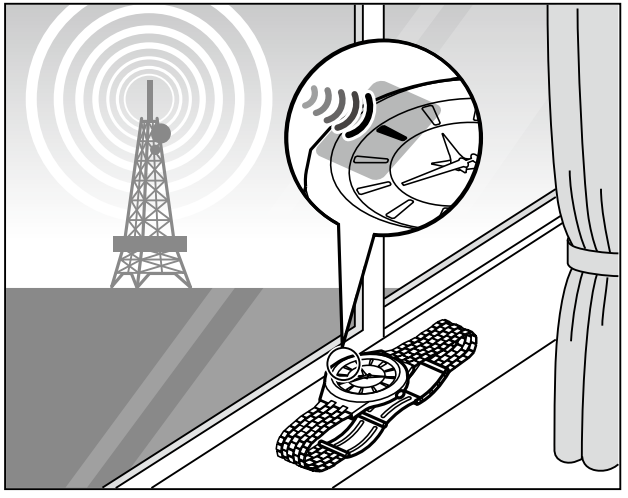
電波を受信して
時計を合わせましょう



電波を受信する

午前2時になると自動的に受信が始まります。

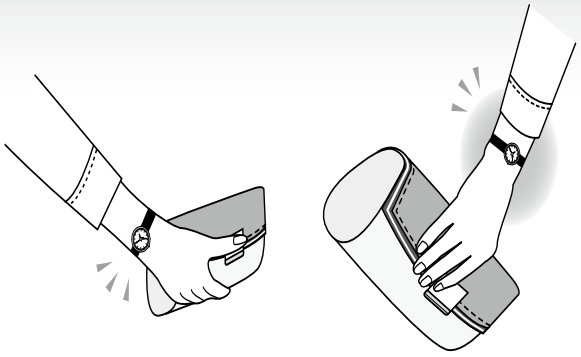
1. りゅうずの位置を0にする
2. お住まいの地域から近い方の送信所に、時計の左側面（9時の側）を向けて、窓際に置く
   - 受信が完了するまで、時計を動かさないでください。



お知らせ

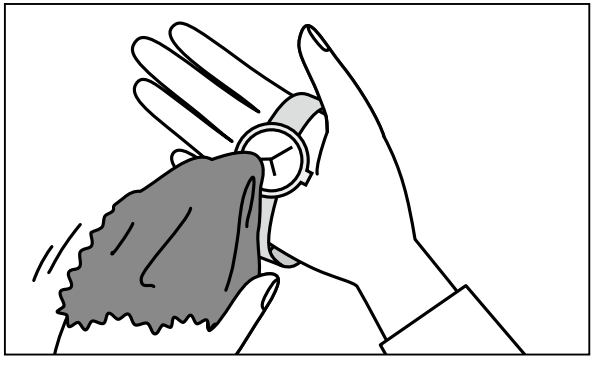
- 受信結果を確認するときは、***23***ページをご覧ください。
- 必要なときに電波を受信する場合は、***24***ページをご覧ください。

快適にお使い
いただくために



日頃のお手入れ

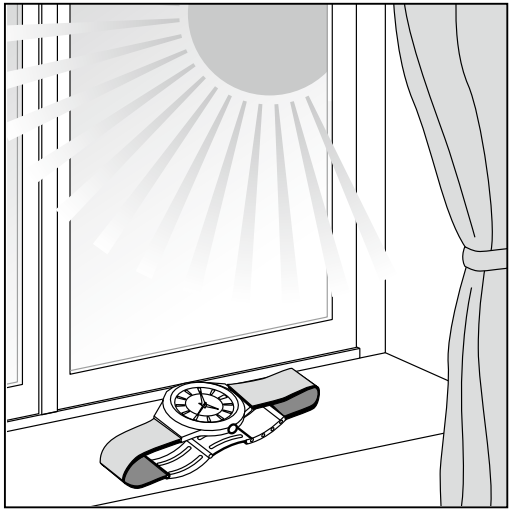
時計の表面のよごれは、柔らかい布やハケを使って取り除きます。金属バンドのよごれは、水で洗い流し、水気を十分ふきとってください。



時計を保管するときは

充電を心がけましょう

時計についたよごれを落とし、光の当たる場所に保管しましょう。



充電がいっぱいになっても

文字板に光が当たって充電がいっぱいになると、それ以上は充電されません。
安心して充電してください。

こんなときは
海外で時計を使うときは

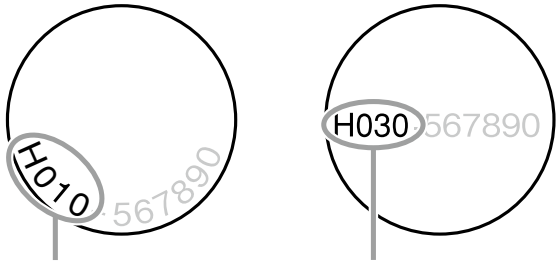
時差を設定するだけで、旅行先の時刻を手軽に表示させることができます。

操作の前に

お使いの時計の機種番号を確認してください。
機種番号が「H01＊」の場合、次ページの操作が「H03＊」、「H05＊」と異なります。

機種番号は時計の裏ぶたに刻印されています。刻印された数字の最初の4ケタが機種番号です。
右のイラストを参考にご確認ください。

刻印の例



機種番号が「H010」の場合

機種番号が「H030」の場合

時差を確認･修正する

確認

1. りゅうずの位置を1にする

秒針の位置で、現在の時差をお知らせします。

- 機種番号H01＊をお使いの場合は、手順3にお進みください。

修正

2. Ⓐボタンを押す

秒針がわずかに動き、時差を修正する準備ができました。

3. りゅうずを回して、秒針を旅行先の時差にあわせる

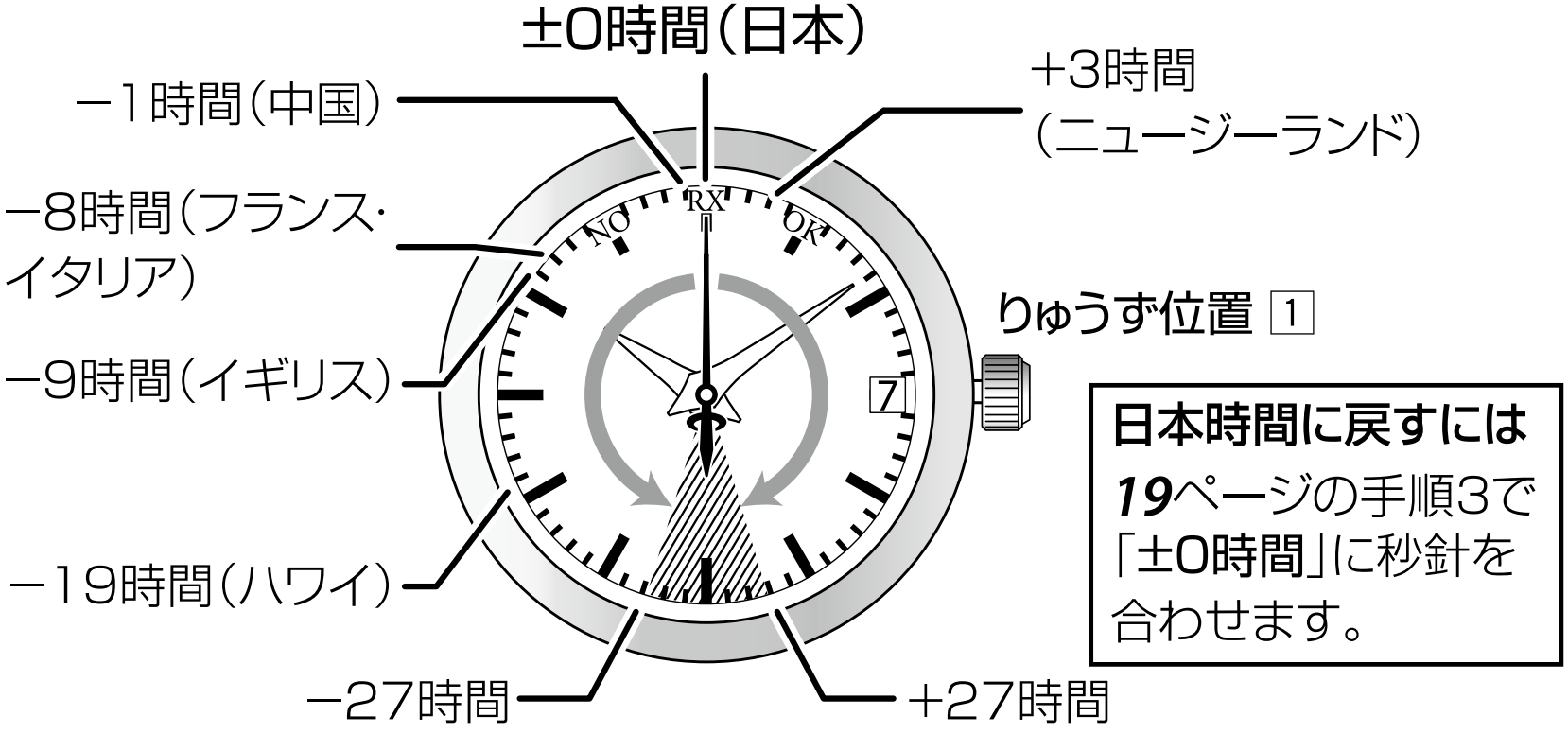
- 秒針を1秒分動かすと、時針が1時間分動きます。
- 時差の見かたについては、***20***ページをご覧ください。

完了

4. りゅうずの位置を0に戻して、時差の確認･修正の操作を終了する

日本時間を基準とした時差の見かた

秒針の1秒分が1時間の時差に相当します。
前後(±)27時間の範囲で、1時間ずつ変更することができます。



日本時間に戻すには

19ページの手順3で「**±0時間**」に秒針を合わせます。

より詳しい使いかた

電波受信について.....*22*

- 受信結果を確認する..... *23*
- 必要なときに
  電波を受信する *24*
- 電波受信がうまくいかない
  お客様へ *26*
- 電波を利用しないで
  時刻･日を合わせる *28*

**時刻･日が正しく
表示されないときは...*34***

- 基準位置を確認する..... *34*
- 基準位置を
  正しく合わせる..... *36*

電波受信について

- 電波を正しく受信しても、受信環境や時計内部処理により、時刻表示にわずかなずれを生じることがあります。
- 午前2時に受信ができなかった場合は、午前4時に再度自動的に受信を行います。
- 標準電波が受信できない場合でも、時計は月差±15秒以内の精度で動き続けます。
- 受信が完了するまでに、2分から15分程かかります。

日表示のない時計（機種番号H03*）をお使いの方へ

時刻の午前/午後の設定が反対になっていると、電波の受信が日中に始まり、時計が停止しているように見える場合があります。また、電波の受信がうまくいかないこともあります。

32～***33***ページの時刻合わせで、午前/午後を正しく合わせ直してください。

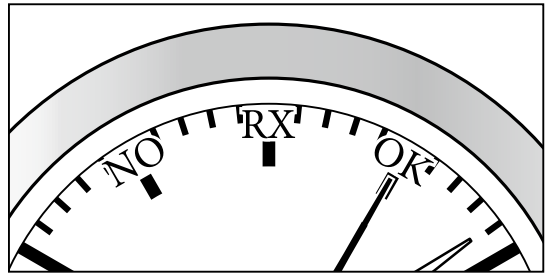
受信結果を確認する

前回の受信結果を確認することができます。

1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓐボタンを押す

秒針が、前回の受信結果を指します。



OK	受信に成功しました
NO	受信に失敗しました

- 受信結果を表示する前に、電池の充電不足の状況を秒針の動きでお知らせします。充電のようすについては、***9***ページをご覧ください。

3. Ⓐボタンを押して、確認を終了する

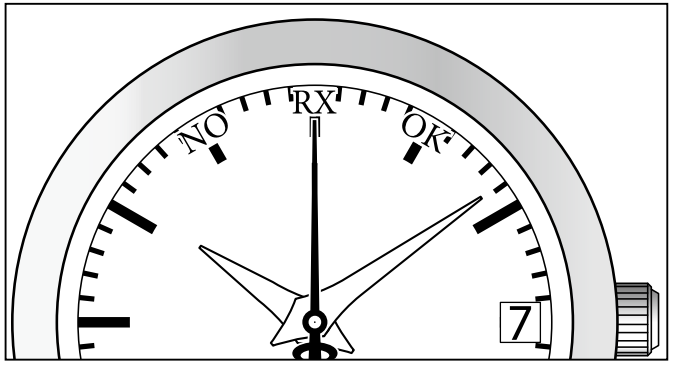
現在の時刻が表示されます。

- ボタンを押さなくても、約10秒すると現在の時刻が表示されます。

必要なときに電波を受信する

時計の時刻が時報とずれているときや受信結果が「NO」のとき、手動で受信を行います。

1. りゅうずの位置を0にする
2. Ⓐボタンを約2秒間押し続ける
   秒針が「RX」を指したら、Ⓐボタンを離してください。受信が始まります。
3. *15*ページを参考にして、時計を置く
   - 電波の受信中は、秒針が数分毎に回ります。
   - 受信が完了すると、正しい時刻·日が表示されます。



電波の受信を中断するには

各針が高速で回り始めるまで、Ⓐボタンを押し続けます。
受信が途中で中止されて、受信を始める前の時刻に、受信にかかった時間を加えた時刻に戻ります。

注意

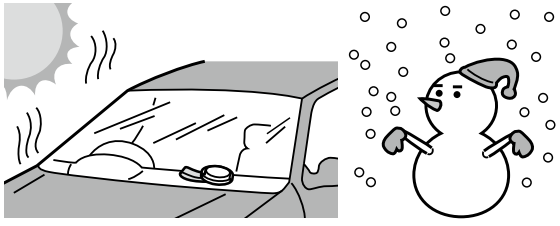
受信を中断したり、受信に失敗したときは、時刻・日は修正されません。

電波受信がうまくいかないお客様へ

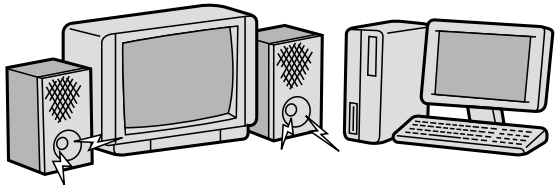
次のような電波ノイズが発生しやすい場所や、標準電波の届きにくい環境では、電波を受信できないことがあります。

電波受信がうまくいかないときは、このような場所を避けて、***24***ページの手順で電波受信を試みてください。

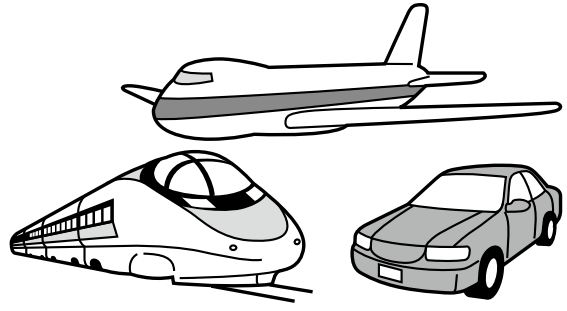
- 極端に高温や低温の場所



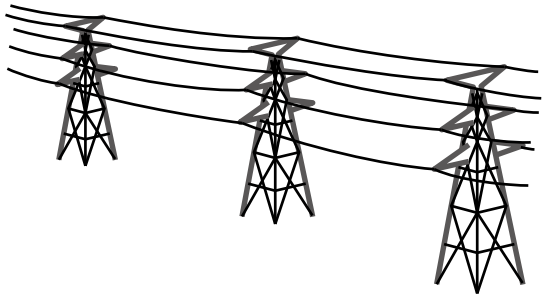
- 電化製品やOA機器の近く



- 乗り物の中



- 高圧線（電線）、電車の架線、飛行場（通信施設）の近く



- 鉄筋コンクリートの建物の中、高層ビルや山などの谷間、地下

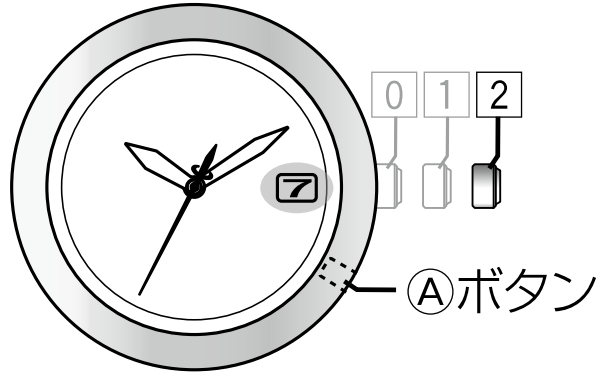
- 通信中の携帯電話の近く

電波受信がうまくいかないお客様には、電波送信所の方向を示した地図をお送りいたしております。
「シチズンお客様時計相談室」（TEL: 0120-78-4807）へご依頼ください。

電波を利用しないで時刻･日を合わせる

時刻と日（年･月･日）を、手動で合わせます。

＜日表示のある時計（機種番号H01＊/H05＊）をお使いの場合＞



1. りゅうずの位置を2にする

秒針が30秒の位置に移動します。

2. Ⓐボタンを押す

秒針が0秒の位置に移動し、分を合わせる準備ができました。

- ボタンを押すごとに、「分針」→「時と日」→「月と年」→（最初に戻る）と修正できる項目が切り替わります。

3. りゅうずを回して分を合わせる

- 1分の修正ごとに、秒針が1回転します。

・りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

4. Ⓐボタンを押す

時針がわずかに動き、時と日を合わせる準備ができました。

5. りゅうずを回して時と日を合わせる

・日は時針と連動して替わります。

・りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

6. Ⓐボタンを押す

秒針が現在の月と年を指し、月と年を合わせる準備ができました。

・年と月の見かたは、***30***、***31***ページをご覧ください。

7. りゅうずを回して月とうるう年からの経過年を合わせる

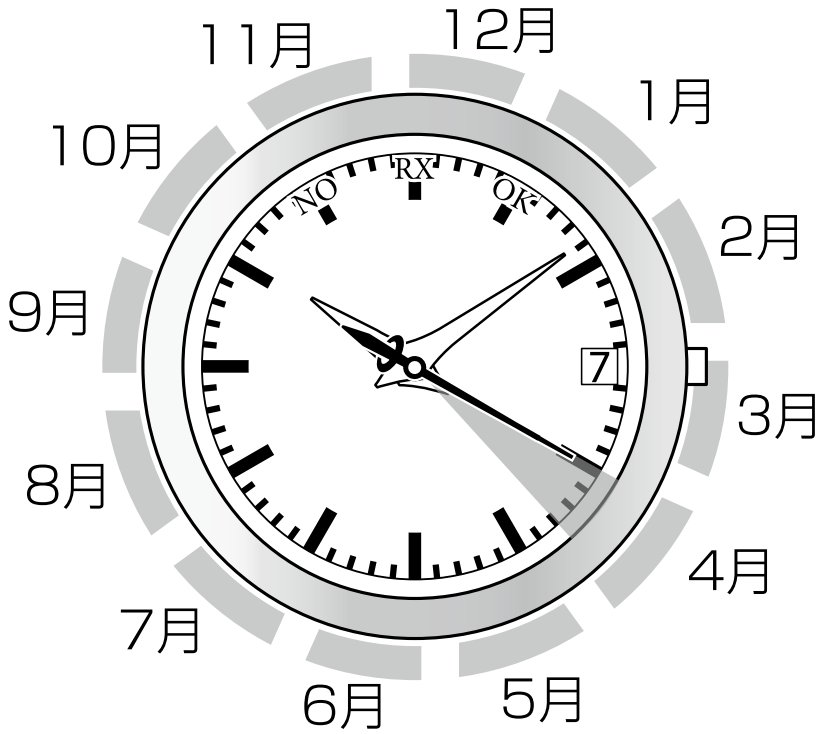
8. 時報などに合わせて、りゅうずの位置を0に戻す

現在の時刻が表示されます。

次のページへ

月の表示

月は、秒針が位置している範囲で表示されます。



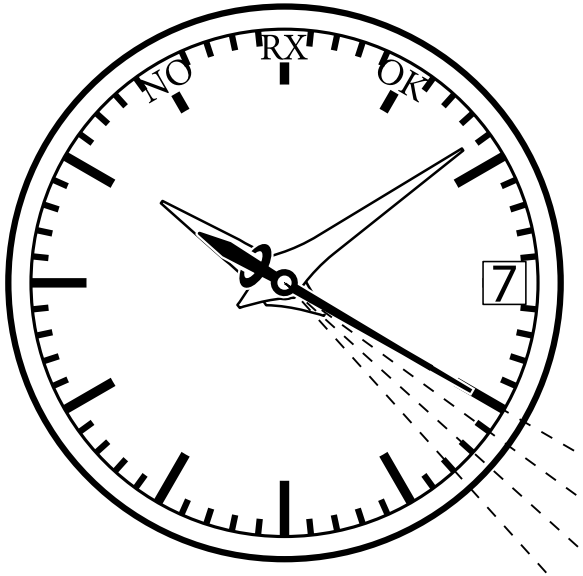
上図はうるう年の4月を表示しています。

年*の表示

年は、各月ごとの表示範囲内で、秒針が指す目盛りの位置で表示されます。

秒針の位置	経過年	年
各月の表示範囲の最初の目盛り	0年 （うるう年）	2016、2020
1目盛り目	1年	2017、2021
2目盛り目	2年	2014、2018
3目盛り目	3年	2015、2019

* この時計は、うるう年からの経過年を、年としています。

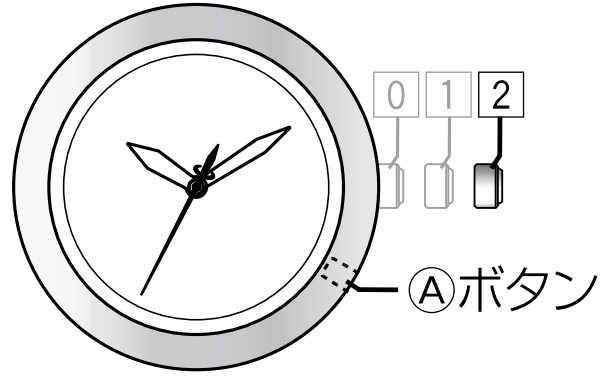


例:4月のとき
うるう年
うるう年から1年目
うるう年から2年目
うるう年から3年目

万年歴(パーペチュアルカレンダー)

この時計には、2100年2月28日までのカレンダーが記憶されています。一度日を合わせれば、月末ごとの日修正の必要はありません。

<日表示のない時計(機種番号H03*)をお使いの場合>



1. りゅうずの位置を2にする

秒針が30秒の位置に移動します。

2. Ⓐボタンを押す

秒針が0秒の位置に移動し、分を合わせる準備ができました。

- ボタンを押すごとに、分針と時針の修正が切り替わります。

3. りゅうずを回して分を合わせる

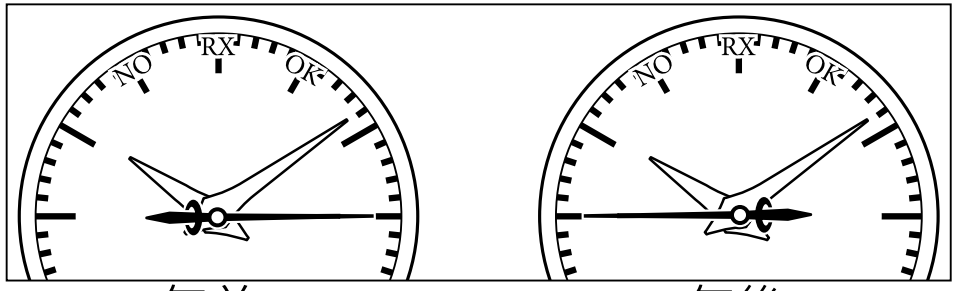
- 1分の修正ごとに、秒針が1回転します。
  りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

4. Ⓐボタンを押す

秒針が15秒または45秒の位置に動き、時を合わせる準備ができました。

5. りゅうずを回して時を合わせる

- 午前/午後の違いに注意して合わせます。午前/午後の違いは秒針の位置で区別します。



午前　　午後

- りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

6. 時報などに合わせて、りゅうずの位置を0に戻す

現在の時刻が表示されます。

時刻・日が正しく表示されないときは

基準位置を確認する

電波を適切に受信しても時刻・日が正しく表示されない場合は、まず基準位置が正しいかどうか確認してください。

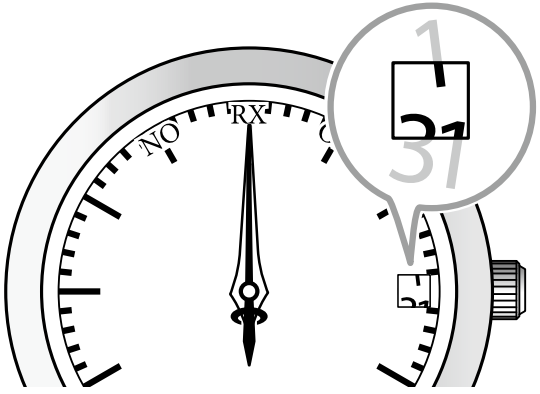
基準位置とは

時刻・日を表示するために基準としている、針と日の位置のことです。この時計は、次の状態を基準として電波で受信した時刻情報を表示します。

- 針の位置: 0時0分0秒
- 日の位置: 31日と1日の間(H03*は除く)

針や日が、正しい基準位置からずれていると、電波を受信しても、時刻・日が正しく表示されません。

正しい基準位置



1. りゅうずの位置を0にする
2. Ⓐボタンを約7秒間押し続ける

   各針が高速で動き始め、現在の基準位置が表示されます。

基準位置	次の手順
正しい	手順3へ進む
ずれている	修正する（***36***ページの手順3へ進む）

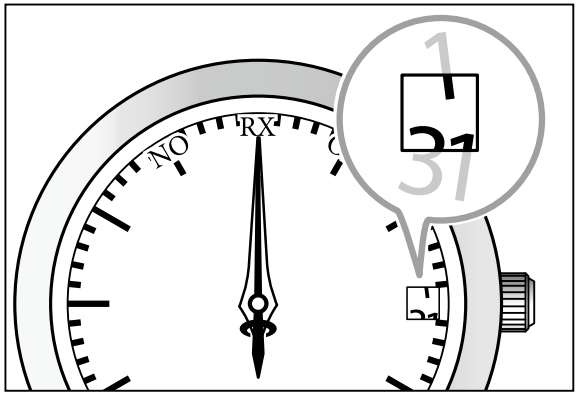
3. Ⓐボタンを押して、確認を終了する

   現在の時刻が表示されます。

   • ボタンを押さなくても、約2分すると現在の時刻が表示されます。

基準位置を正しく合わせる

1. りゅうずの位置を0にする
2. Ⓐボタンを約7秒間押し続ける
   各針が高速で動き始め、現在の基準位置が表示されます。
3. りゅうずの位置を2にする
   時針がわずかに動き、時針の位置を修正する準備ができました。
4. りゅうずを回して時針を「0時」、日を「31日と1日の間」の位置に合わせる
   - 日表示のない時計（機種番号H03*）をお使いの場合は、時針のみを合わせます。
   - 日の位置は時針と連動して替わります。



・りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

5. Ⓐボタンを押す

分針と秒針が動き、分針と秒針の位置を修正する準備ができました。

6. りゅうずを回して分針を「0分」、秒針を「0秒」の位置に合わせる

・分針と秒針は連動します。

・りゅうずを素早く連続回転させると、針が連続で動きます。針の動きを止めるには、りゅうずを左右どちらかに回します。

7. りゅうずの位置を0に戻す

8. Ⓐボタンを押して、修正を終了する

現在の時刻が表示されます。

・ボタンを押さなくても、約2分すると現在の時刻が表示されます。

困ったときは

以下の項目をご確認ください。

時計の状態	対処方法	詳細ページ
電波受信がうまくできない		
受信可能地域内で受信が成功しない	りゅうずの位置を0にする	***5***
	電波を遮るものや、ノイズが発生するものを避けて、時計の9時位置を送信所に向けて受信する	***15、26、27***
	受信が終わるまで、時計を動かさない	***15***
	手動で時刻を12時間ずらす	***28～33***
	「シチズンお客様時計相談室」にお問い合わせください。	***63***

時計の状態	対処方法	詳細ページ
受信はできるが正しい時刻·日が表示されない	時差設定を確認する	***19、20***
	基準位置を確認·修正する	***34～37***

針の動きがおかしい

秒針が2秒毎に動く	充電する	***11***
秒針が数分毎に回る	電波を受信中です。	***24***
全ての針が停止している	りゅうずの位置を0にする	***5***
	直射日光で5～6時間充電します。充電後、自動で電波の受信が始まります。(復活自動受信)	***8、17***

次のページへ

時計の状態	対処方法	詳細ページ
針の動きがおかしい（つづき）		
時計をケースなどから出した途端に針が高速で回りだす	パワーセーブが解除されています。現在の時刻が表示されるまでお待ちください。	***10***
時刻·日がおかしい		
時刻や日が正しくない	時差設定を確認する	***19***、***20***
	基準位置を確認·修正する	***34***～***37***
	電波を受信して、時刻·日を合わせる	***14***、***15***、***24***
	手動で時刻·日を合わせる	***28***～***33***

時計の状態	対処方法	詳細ページ
昼の12時頃に日が変わる	基準位置を確認･修正する	***34～37***
	電波を受信して、日を合わせる	***14、15、24***
	手動で時刻を12時間ずらす	***28～33***

その他

充電しても、すぐに止まる	直射日光で5～6時間充電します。それでも、変化がないときは、お買い上げ店または弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。	***62***

注意とその他の情報

■エコ･ドライブ
取り扱い上の注意 *44*
■防水性能について *46*
■お取り扱いにあたって. . . *48*
■保証とアフターサービス
について. *56*
■その他の情報. *58*
■製品仕様 *60*
■お問い合わせ窓口 *62*

エコ･ドライブ取り扱い上の注意

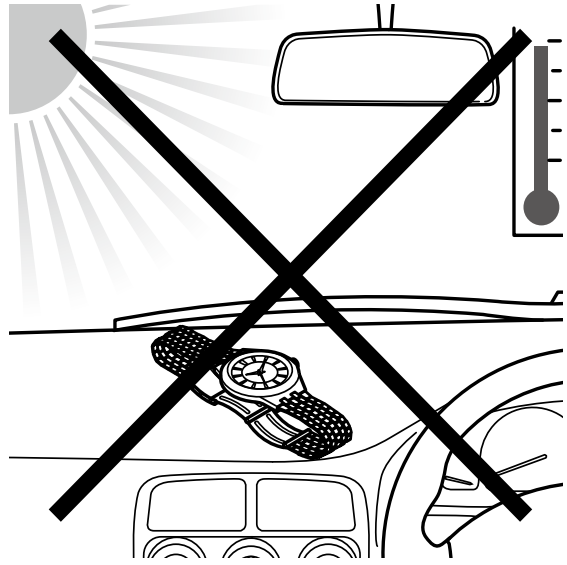
《時計は常に充電を心がけてお使いください》
■ 日常長袖などを着用していると、時計が隠れて光に当たらないため、充電不足になりやすいのでご注意ください。
■ 時計を外したときも、できるだけ明るい場所に置くように心がけると、時計は常に正しく動き続けます。

⚠注意 充電上の注意

・充電の際に時計が高温になると、故障の原因となりますので高温（約60℃以上）での充電は避けてください。
例）
- 白熱灯、ハロゲンランプなど、高温になりやすい場所での充電

※ 白熱灯で充電するときは、必ず50cm以上離して時計が高温にならないように注意して充電してください。

- 車のダッシュボードなどの高温になりやすい場所での充電



《二次電池の交換について》

・この時計に使われている二次電池は充電を繰り返し行えるため、従来の一次電池のように定期的な電池交換の必要はありません。
ただし、長期間使用されますと、歯車の汚れ、油切れなどにより電流消費が大きくなり二次電池の容量が早くなくなります。定期的な分解掃除（有料）をお奨めします。

⚠警告 二次電池の取り扱いについて

・お客様は時計から二次電池を取り出さないでください。
やむを得ず二次電池を取り出した場合は、誤飲防止のため、幼児の手の届かない所に保管してください。
万一、二次電池を飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談して治療を受けてください。
・一般のゴミと一緒に捨てないでください。発火、環境破壊の原因となりますので、ゴミ回収を行っている市町村の指示に従ってください。

⚠警告 指定の二次電池以外は使わないでください

・この時計に使われている二次電池以外の電池は、絶対に使用しないでください。
他の種類の電池を組み込んでも時計は作動しない構造になっていますが、無理に銀電池など、他の種類の電池を使い、万一充電されると過充電となり電池が破裂して時計の破損および人体を傷つける危険があります。二次電池交換の際は、必ず指定の二次電池をご使用ください。

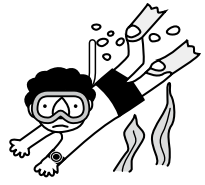
防水性能について

⚠警告 防水性能について

・時計の文字板及び裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下表を参照して正しくご使用ください。
（1barは約1気圧に相当します）
・WATER RESIST（ANT）×× barはW.R.×× barと表示している場合があります。
・非防水時計は、水中や水に触れる環境での使用はできません。
・日常生活用防水時計（3気圧防水）は、洗顔などには使用できますが、水中での使用はできません。

名称	表示	仕様
	文字板または裏ぶた	
非防水時計	—	非防水
日常生活用防水時計	WATER RESIST	3気圧防水
日常生活用強化防水時計	W. R. 5 bar	5気圧防水
	W. R. 10/20 bar	10気圧防水、20気圧防水

・日常生活用強化防水時計（5気圧防水）は、水泳などには使用できますが、素潜り（スキンダイビング）やスキューバ潜水などには使用できません。
・日常生活用強化防水時計（10/20気圧防水）は、素潜りには使用できますが、スキューバ潜水・ヘリウムガスを使う飽和潜水には使用できません。

	使用例				
	水がかかる程度の使用。（洗顔、雨など）	水仕事や一般水泳に使用。	 スキンダイビング、マリンスポーツに使用。	空気ボンベを使用するスキューバ潜水に使用。	水滴がついた状態でのりゅうずやボタンの操作。
	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×
	○	○	×	×	×
	○	○	○	×	×

お取り扱いにあたって

⚠注意 人への危害を防ぐために

・幼児を抱くときなどは、幼児のけがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど十分ご注意ください。
・激しい運動や作業などを行うときは、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、十分ご注意ください。
・サウナなど時計が高温になる場所では、やけどの恐れがあるため絶対に使用しないでください。
・バンドの中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。
・時計をしたまま就寝しないでください。思わぬけがやかぶれを引き起こす恐れがあります。

⚠注意 使用上の注意

- りゅうずは常に押し込んだ状態（通常位置）でご使用ください。りゅうずがねじ締めタイプであれば、しっかり固定されているか確認してください。
- 水分のついたままりゅうず操作をしないでください。時計内部に水分が入り防水不良となる場合があります。
- 万一、時計内部に水が入ったり、またガラスの内面にクモリが発生し長時間消えないときは、そのまま放置せず、お買い上げ店または、弊社お問合せ窓口へ修理、点検を依頼してください。
- 時計の防水性能が高い場合でも、次のことにご注意ください。
  - 海水に浸したときは、真水で洗い乾いた布で良くふきとる。
  - 水道水を蛇口から直接時計にかけない。
  - 入浴するときは時計をはずす。
- 時計内部に海水が入った場合には、箱やビニール袋に入れてすぐに修理依頼をしてください。時計内部の圧力が高まり、部品（ガラス、りゅうず、プッシュボタンなど）が外れる危険があります。

⚠注意 携帯時の注意

<バンドについて>

・皮革バンドやウレタンバンド(ゴムバンド)は、汗や汚れにより劣化します。また皮革バンドは自然素材のため磨耗や変形、変色などの経年劣化があります。定期的に交換してください。
・皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでる場合があります(脱色、接着はがれ)。また、かぶれの原因にもなります。
・皮革バンドに揮発性薬品、漂白剤、アルコール成分が含まれる物質(化粧品など)が付着しないようにしてください。色落ち、早期劣化の原因となります。また、直射日光などの紫外線も変色や変形の原因となります。
・皮革バンドの時計は防水時計であっても、水を使うときは時計を外すことをおすすめします。
・バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。
・ウレタンバンド(ゴムバンド)は、衣類等の染料や汚れが付着し、除去できなくなることがあります。色落ちするもの(衣類、バッグ等)と一緒に使用する場合はご注意ください。また、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。弾力性がなくなり、ひび割れを生じたらお取替えください。
・以下の場合は、速やかにバンドの調整・修理をご依頼ください。
  - 腐食により、バンドに異常が認められたとき
  - バンドのピンが飛び出しているとき

・お客様ご自身で時計のバンド（金属やゴム）の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする怖れがあります。
バンドの調整は、お買い上げ店または、シチズンカスタマーサービスお客様修理受付係にて承っております。
その他のお店では有料もしくは取り扱っていない場合があります。

＜温度について＞

・極端な高温/低温の環境下では、時計が停止したり、機能が低下する場合があります。製品仕様の作動温度範囲外でのご使用はおやめください。

＜磁気について＞

・アナログ式クオーツ時計は、磁石を利用した「ステップモーター」で動いており、外部から強い磁気を受けるとモーターの動きがみだされて、正しい時刻を表示しなくなる場合があります。
磁気の強い健康器具（磁気ネックレス・磁気健康腹巻など）、冷蔵庫のマグネットドア、バッグの留め具、携帯電話のスピーカー部、電磁調理器などに近づけないでください。

＜ショックについて＞

・床面に落とすなどの激しいショックは与えないでください。外装・バンドなどの損傷だけでなく機能、性能に異常を生じる場合があります。

＜静電気について＞

・ クオーツ時計に使われているICは、静電気に弱い性質を持っています。強い静電気を受けると正しい時刻を表示しない場合がありますので、ご注意ください。

＜化学薬品・ガス・水銀について＞

・ 化学薬品・ガスの中でのご使用はお避けください。シンナー・ベンジン等の各種溶剤およびそれらを含有するもの（ガソリン・マニキュア・クレゾール・トイレ用洗剤・接着剤・撥水剤など）が時計に付着しますと、変色・溶解・ひび割れ等を起こす場合があります。薬品類には十分注意してください。また、体温計などに使用されている水銀に触れたりしますと、ケース・バンド等が変色することがありますのでご注意ください。

＜保護シールについて＞

・ 時計のガラス部分や金属部分（裏ぶた、バンド、中留め）にシールが貼られているときは、ご使用の前に必ずはがしてください。シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

⚠注意 時計は常に清潔に

- りゅうずやプッシュボタンを長期間動かさないままにしていると、付着しているゴミや汚れが固まり、操作できなくなる事がありますので、ときどきりゅうずを空回りさせたり、プッシュボタンを押してください。また、ゴミ、汚れを落としてください。
- ケースやバンドは、直接肌に接しています。金属の腐食や汗、汚れ、ほこりなどの気づかない汚れで衣類の袖口などを汚す場合があります。常に清潔にしてご使用ください。
- ケースやバンドは直接肌に接しています。ケースやバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗、または金属、皮革アレルギーなどにより皮膚にかゆみ・かぶれを生じる場合があります。異常を感じたらすぐに使用を中止して医師に相談してください。
  汗や汚れが付着した場合は、金属材質のバンドやケースは、はけなどを使い中性洗剤で汚れを除去してください。皮革材質のバンドは、乾いた布などで拭き、汚れを除去してください。
- 皮革バンドは汗や汚れにより「色落ち」を起こすことがあります。乾いた布で拭くなどして常に清潔にご使用ください。

時計のお手入れ方法

・ ケース・ガラスの汚れや汗などの水分は、柔らかい布で拭き取ってください。
・ 金属バンド・プラスチックバンド・ウレタンバンド（ゴムバンド）は水で汚れを洗い落としてください。金属バンドのすき間につまったゴミや汚れは柔らかいハケなどで除去してください。
・ 皮革バンドやウレタンバンドは乾いた布などで拭いて汚れを取り除いてください。
・ 時計を長時間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などを良く拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。

夜光付き時計の場合は

時計の文字板や針には、放射性物質などの有害物質を一切含まない、人体や環境に安全な物質を使用した蓄光塗料が使用されています。
この塗料は太陽光や室内照明（白熱灯を除く）などの光を蓄え、暗い所で発光します。

- 蓄えた光を放出させるため、時間の経過とともに少しずつ明るさ（輝度）は落ちていきます。
- 光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間などによって発光する時間に誤差が生じます。
- 光が十分に蓄えられていないと、暗い場所で発光しなかったり、発光してもすぐに暗くなってしまう場合がありますのでご注意ください。

保証とアフターサービスについて

＜保証について＞

正常なご使用で、保証期間内に万一故障が生じた場合には、保証書に従い、無料修理いたします。

＜修理用部品の保有期間について＞

弊社は時計の機能を維持するための修理用部品を、通常7年間を基準に保有しております。ただし、ケース・ガラス・文字板・針・りゅうず・プッシュボタン・バンドなどの外装部品には、外観の異なる代替部品を使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。

＜修理可能期間について＞

弊社の修理用部品の保有期間中は修理が可能です。修理の可否については、現品ご持参の上販売店でご相談ください。

＜ご転居・ご贈答品の場合＞

保証期間中にご転居されたり、ご贈答品のためにご使用の時計がお買い上げ店のアフターサービスを受けられない場合には、弊社お問合せ窓口へご相談ください。

＜定期点検（有償）について＞

・防水性能について
防水時計の防水性能は経年劣化しますので、安全に永くご使用いただくために2～3年に一度防水検査を行なっていただくことをお勧めします。防水性能を維持するためには、部品の交換が必要ですので、パッキングなどの交換をご依頼ください。

・分解掃除（内装修理）について
腕時計を永くご愛用いただくには分解掃除（内装修理）が必要です。歯車などの部品は永くご使用いただくことにより磨耗してしまいますが、これを抑えるために潤滑油を使用しております。しかし経年劣化により潤滑油の汚れなどで部品の磨耗が進み、故障に至ることがあります。目安として5 年に一度の分解掃除のご依頼をお勧めします。

＜修理について＞

時計の品質を維持するために、この時計はバンドを除く全ての修理は「メーカー修理」となります。これは、修理、点検、調整等に特殊技術、設備を必要とするためです。修理等の際は弊社お問い合わせ窓口へご依頼ください。

＜その他お問い合わせについて＞

保証や修理、その他不明な点がございましたら、お買い上げ店または弊社お問合せ窓口へご相談ください。

その他の情報

標準電波について

標準電波はほぼ24時間継続して送信されていますが、保守点検等で送信が中断されることがあります。標準電波の送信状態の確認は、情報通信研究機構・日本標準時プロジェクトのホームページ（http://jjy.nict.go.jp/）をご覧ください。

標準電波は、人体や医療機器には一切影響がありません。

時計に磁気や衝撃が加わっても（パーフェックス）

3つの機能を一体化させることによって、衝撃や磁気などの外部要因による針ずれを防止します。

JIS1種耐磁性能

日常生活で磁界を発生する機器に5 cmまで近づけても、時計の機能を維持します。

衝撃検知機能

時計が衝撃を受けたときに秒針と分針のずれを防ぐ機能です。

針自動補正機能（針の基準位置自動補正機能）

一定時間毎に針の位置をチェックし、ずれがあったときは自動的に補正し、正しい時刻を保持します。

Perfex
パーフェックス

製品仕様

機種	H01*/H03*/H05*
型式	アナログソーラーパワーウオッチ
時間精度 (非受信時)	平均月差±15秒　常温(+5℃～+35℃)携帯時
作動温度範囲	−10℃～+60℃
表示機能	• 時刻:時･分･秒 • カレンダー:日(H03*を除く)
持続時間	• 充電がいっぱいになった後、一度も充電しないで時計が停止するまで: 約3年(パワーセーブ機能が作動しているとき) 約9ヶ月(パワーセーブ機能が作動しないとき) • 充電警告が始まってから時計が停止するまで:約3日

使用電池	二次電池　1個
付加機能	• 光発電機能 • 充電残量表示機能 • 過充電防止機能 • 充電警告機能（2秒運針） • パワーセーブ機能（節電状態） • 電波受信機能（定時受信/強制受信/復活自動受信） • 受信中表示機能（RX） • 受信結果確認機能（OKまたはNO） • 時差確認･修正機能 • パーペチュアルカレンダー（2100年2月28日まで）（H03*を除く） • 基準位置確認･修正機能 • Perfex（パーフェックス）—JIS1種耐磁性能/衝撃検知機能/針自動補正機能

製品仕様は、改良のため、予告なく変更することがあります。

HAR01

CT070

CT081

CT084

EX041

EX042

http://citizen.jp/

Cal.H01 ✻

Cal.H03 ✻

Cal.H05 ✻